



访雪域大师

—— 西藏密宗考察访谈纪实

甘肃民族出版社

访雪域大师

西藏密宗考察访谈纪实

吴玉天 著

甘肃民族出版社

(甘)新

责任编辑:王振华

封面设计:风影

访雪域大师

吴五天 著

甘肃民族出版社出版发行
(兰州第一新村 81 号)

兰州军区空军印刷厂印刷

开本 850×1168 毫米 1/32 印张 15 插页 5 字数 375,000

1996 年 6 月第 1 版 1996 年 6 月第 1 次印刷

印数:1—10,000

ISBN7—5421—0447—0/1·95 定价:19.80 元

前 言

《访雪域大师》经过一年的整理，终于将要与读者见面了。这是我写的第一本拙作，可称为：“藏密探奇”吧。此书是我在藏地十个月的亲身生活的纪实感受。本意是想将这次藏地考察原原本本地写出来，作为藏密气功爱好者在茶余饭后的消遣读物。人们若能从中了解一些有关西藏的风土人情和佛教的见闻，并从中得到某些启示，则为满我之愿也。

一 西藏密宗的修法是在元代以花教的八思巴大师为代表，首次在汉地亮相的。大师以奇异的神通，折服了皇帝和嫔妃，使藏密大法立时就大放异彩，人们才知道，在西藏有使人能够即身成就的殊胜大法。元代时，皇帝曾亲封白教的黑帽与红帽法王两大派系。清代时，黄教密法传到了皇室中，使许多王公贵族受益，皇帝大加封赏，从此出现了班禅、达赖、章嘉等皇封的大活佛，使得藏传佛教的名声大振。近几年来，随着藏密气功在内地的普及，喜爱练功的人们都从书上知道藏密功是高级功法。许多人都是通过长期的修行，亲身体会到它的神奇之处。

藏密功法的修练可以使人的精神和生理都发生巨大的改善，它不仅具有其它气功可以强身健体的功效，而且可以使人在精神世界上得到升华，解脱人

们围绕功名利禄的争夺所产生的苦恼,使人能够认识到生命的意义和本质,这在人们的现实生活中有着巨大的价值。通过藏密功法的修炼,人们可以产生特异功能和大智慧,终生修行有素者可以在临终时产生“虹化”现象,周身放出霓虹彩光,发出巨响,身体缩小,甚至化为乌有。此为许多人亲眼所见,并非虚谈。这种现象在世界上成为热门的话题,这使得藏密成了一门研究学科,那些“藏密气功研究会”、“大圆满研究中心”、“大手印研究中心”,在国内外应运而生,信服者成千上万。

藏密气功是“藏传佛教密宗气功”的简称,它是中国文化宝库中的一个璀璨瑰宝。它产生于佛教,是佛家修行的最高法宝。它来自于许多大成就、大智慧的大德高僧毕生修行的实践精华的总结,而非凡夫闭门造车的杜撰。因此,欲研究藏密功法,就应对佛教的思想和认识论有所了解。这不是学习迷信,而是对一门学问进行科学的研究与认识,对于有关宗教的敏感问题,不能采取还没有进门彻底了解它的一切,就站在“门外”批判的态度。只有这样,才是真正的唯物主义的**研究态度。

毛泽东早在1961年1月23日,在同班禅大师的谈话中就说:“赞成有些共产主义者研究各种教派的经典,因为这是个群众性的问题,要做群众工作,不懂得宗教,只红不专不行。”(转引自降边嘉措著《班禅大师》一书第100页)可见,毛泽东对宗教问题是非常重视的。他喜爱看书,其中也有一些佛经,如《六祖坛经》、《心经》、《法华经》、《大涅槃经》、《金刚经》等都认真看过。特别对禅宗的不立文字的哲学思想有兴趣,对哲学刊物上的有关禅宗思想的文章都阅读过。

佛教的思想文化经过几千年在中国的发展,其中有些已深入人心,对人们的精神世界有着某些潜移默化的作用。特别是藏密气功对人类的益处极大,人们能够取其精华为自己的文明进步所用。特别是改革开放以来,党的宗教政策得到了进一步的落实,国内外

的宗教往来日益增多，那种将宗教看成是思想战线上的大敌，是“精神鸦片”的极左思潮的风气已得到了改善，这使得佛教、道教中对身体健康有益的气功部分走出了寺庙，在民间得到了进一步的普及，甚至形成了热潮。面对这种情况，我们需要研究它，利用它为我们的身心健康服务，而不是轻易否定它为“封建迷信的糟粕”。当人们通过练它的功法，而使得身体健康，延年益寿时，这“糟粕”就会变成“精华”了。由于藏密功法脱胎于佛教，其中必然有许多有关佛教的内容，对此要有正确的态度，不能将研究、宣传藏密功法的有关历史、思想、见解、规律、内容，与宣传宗教等同起来。

1994年7月4日，由中组部、中央统战部和中央党校联合举办的“新形势下民族宗教问题研讨班”即将结业时，中共中央政治局常委、全国政协主席李瑞环与研讨会的全体学员进行了座谈讨论。在座谈中，李瑞环对党关于民族、宗教问题的基本观点和基本政策进行了阐述。在谈到如何妥善处理有关民族、宗教问题时，李瑞环指出：“民族、宗教问题是重大的问题，也是复杂的问题。它常常涉及千百万群众，有时还联系到某些国际因素，因而处理民族宗教问题是政策性很强的工作，必须按照中央的有关政策办事，必须采取十分谨慎的态度。对中央的大政方针理解不准，执行不力，必然在具体工作中迷失方向，甚至贻误大事，造成严重后果。”他说：“民族、宗教领域发生的问题，主要属于人民内部的矛盾，绝不能简单地把非对抗性矛盾当作对抗性矛盾，人为树敌，不能把非对抗性矛盾激化成对抗性矛盾，自讨苦吃。”对深受广大藏密气功爱好者喜爱的藏密功法，应该采取因势利导的科学态度，使得它得以有正确的发展趋势。

藏密功法对人类的身体能产生不可估量的良好作用，它不仅具有“气场”的作用，其能量等级是以“光”的能量形式出现的，因为“光”是空性的，是摸不到的，因而脱离了四大（地、水、火、风）。佛法修持是以“光明”代表万物的本性——“空性”，较于“气场”、“磁场”

之类有形感觉的修行成果的层次要高，它不仅对人体有极好的保健强身的作用，而且就出世间法来说，它的修持成果会达到极高的境界，这一点已被专家和广大的气功爱好者所证实。它是一门科学，不是迷信，这一点是确信无疑的。但是，这个瑰宝生长在印度，发展在西藏，生根在广大藏族人民心中。所以要研究它，就必须深入藏地，只有这样才能搞清它的来历、现状、发展及特点，那种依靠书本搞研究的做法是不可取的，其成果只能是互相抄袭，以讹传讹。所以，要了解它的真谛，就必须亲自去它在中国的发祥地——西藏，实地去考察，去发掘、去学习、去感受。这就是我为什麼去西藏的原因。

我在藏地受到了几十位活佛的接待，有十几位上师为我灌顶、传法，有的上师对我进行了长时间的教诲，使我受益匪浅。我想将自己所学所见的内容和亲身体会的见闻写出来，向读者介绍西藏，介绍藏密功法，从它的历史、思想、知见、修法到西藏的风俗，力争能作个完整详尽的介绍。西藏学法者皆在寺庙受上师、堪布教导，一学就是几十年，这是我们无法相比的。由于我研究此门学问的时间尚短，研究不深，学识有限，很难对藏密功法作个全面的介绍，其中错误之处也在所难免。故请诸大德、老修行在阅过拙作之后提出批评，以斧正其谬误之处。

此书介绍了我为何发心赴藏地求法的原因，我在色达五明佛学院的学法的经过，以及后来我去了拉萨、日喀则等地，其中饱受人间的甘苦和旅途的艰辛。其中有许多有趣的见闻和经历，从中也可看到藏汉两种文化的差异在人们身上的体现。我饱览了西藏的山山水水，领略了祖国的大西南的美丽风光，见到了各位大小活佛，同他们进行了广泛的交谈，向他们请教了不少有益的知识，并与他们结下了深厚的情谊。

总之，我在这十个月的收获是很有价值的，所见所闻的确不少，使我大开了眼界。有人说，作为一个在家人能在西藏住这么久，

走了这么多的地方，见了这么多的活佛大师并不多见。想到能赴西藏体验学法生活的人并不太多，故此，我特将活佛大师们的言教和他们的修行心得集中起来，写出了以佛家气功正见为主的第六章——《法味精义与大师们的言教》。特别是莲花生大师和晋美彭措上师的教诲对有志于研究修炼藏密气功的人士提供了理论上的参考和指导，是十分难得的。笔者特录于此书，以飨读者。

吴玉天

1994年12月13日写于津门

目 录

前 言

1. 因缘..... (1)
 - 发心入藏..... (2)
 - 昭觉寺中的大威德金刚灌顶..... (9)
 - 向藏地进发——去拜见上师 (14)
 - 我的根本上师——晋美彭措 (21)
2. 如饮醍醐 (40)
 - 求法的欲望 (41)
 - 文殊大圆满 (46)
 - 秘灌普巴金刚顶 (49)
 - 时轮金刚大灌顶 (55)
 - 男儿有泪不轻弹 (59)
 - 大幻化网灌顶 (68)
 - 贵宾知旺仁波且 (70)
 - 闻解脱续经灌顶——听到即能解脱 (78)
 - 文殊大会供与文殊续经大灌顶 (85)
 - 天葬巡礼 (94)
 - 我的堪布索达吉 (98)
 - 暂别的时刻..... (109)
3. 艰苦的征程..... (113)

珠巴活佛授铃杵.....	(113)
喜饶俄兹上师灌大圆满《天下自佛》顶	(125)
风雪中的取经人.....	(132)
拉萨印象.....	(143)
雄伟的布达拉宫.....	(154)
扎什伦布寺中的感慨.....	(160)
拜访次郎活佛.....	(166)
金色的桑耶寺.....	(169)
藏学家东嘎活佛.....	(173)
嘎玛巴的奇迹和多杰扎活佛的教导.....	(176)
大龙泽珠活佛的开示.....	(185)
次郎活佛终于传法了.....	(190)
索朗顿珠活佛古今纵横谈.....	(193)
4. 返回色达.....	(204)
告别拉萨.....	(204)
“你选定了吗?”	(213)
上师的梦境.....	(224)
龙多活佛传“杂龙”——真正的藏密“气功”	(233)
有感于“甲喇嘛”的苦痛.....	(240)
上师的嘱咐.....	(253)
重返康定·知更活佛传“大手印”.....	(259)
《秽迹金刚》大法.....	(263)
5. 密宗略谈.....	(270)
密法的因缘.....	(271)

宁玛派的九乘法与十八大续经·····	(297)
如何选择和对待自己的“上师”·····	(310)
什么是灌顶·····	(334)
6. 法味精义与大师们的言教·····	(346)
何谓“修佛”·····	(347)
修行者的大敌——我慢心·····	(354)
佛慢心·····	(362)
修行成功的关键——菩提心·····	(366)
大圆满的见、修、行、果·····	(375)
大圆满的前行·····	(380)
三十七佛子戒·····	(400)
违缘与顺缘·····	(432)
佛教的疾病观·····	(438)
莲花生大师的言教·····	(445)
晋美彭措上师的开示·····	(466)

1 因 缘

佛教的宇宙观认为：宇宙中一切事物的本质是空性的；而事物的显现则遵循着一条规律——因缘。

不论善与恶、是与非、好与坏、兴与衰、荣与辱、富与贫、生与死、成功与失败、相聚与分离、享乐与受苦、真理与谬误、智信与迷信、正见与邪见、光明与黑暗……，无不遵循着因果、缘分的制约。这是一种宇宙力、自然力，非神佛鬼神所能操纵。佛教的本质是向人们阐明宇宙的根本规律，明白了这种规律的人被称为“大智慧”的人。这样的人通过自身的修持与调整，能够完成了脱各种复杂因缘的缠缚，而证得“空性”，成为了自己命运的主人，永远地离“苦”得“乐”，这就是“解脱”。而无知的盲目崇拜天地鬼神的迷信愚行，是与佛教的智信背道而驰的。

故龙树菩萨与藏传佛教格鲁派（黄教）祖师宗喀巴大师都说：“未曾有一法，不是因缘起；是故一切法，无不是空者。”

正因为如此，信佛与不信佛，正信与邪信，都是由于自己的因缘所致，是别人难以左右的……。总是有些人为自己的信仰而奋斗，或为名，或为利，或为权，或为色，或为他人；或为自己，或为修行解脱；或为享乐造业……。每个人都会遵循着“因缘”，走着自己的道路。

发心入藏

1992年3月18日，春风送暖，海河上微风吹拂，朋友们送我离津。这一天是农历的2月15日，是释迦牟尼佛的涅槃的纪念日。我登上了西去的列车，这是我有生以来行程最远，时间最长的旅行，目的地是藏传佛教的圣地——西藏。我要进行一次尽可能全面深入的藏密考察。

车站上，朋友们难舍难离，有的流着依依惜别的眼泪，泣不成声。此时那些“多保重，常来信，早日回来”的话语，从人们的嘴里一遍又一遍地说出，使人心里一阵阵发酸。谁知道，此一别我会遇到什么样的艰难困苦，要多久才能回来？“在家处处好，出门事事难”。今后，任何艰难险阻我都得自己应付了。到了有困难的时候，想打个长途电话找人诉苦也是办不到的。可即使能打得电话，万里之遥，朋友们也是鞭长莫及啊。生死有命，我反正豁出去了。我当过兵，在塞外的风沙中受过艰难困苦的洗礼。我相信，诸佛本尊与上师是会护持我的，因为我进藏求法是发愿为了众生，又有这个大因缘，是会得到法界的大加持的。

我冥冥之中感到了本尊的预示，苦是要受的，但即饿不死，也冻不死，最后的成果是丰硕的，因为我不是仅仅为自己去求法，自会有护法护持。

这次说不定要走多久，都要走到哪里去。

在隆隆的车轮声中，我的思路回到了遥远的过去……。

世上的一切事物都有因缘，导致了世上的人都有自己的信仰和爱好。也许我的一生注定是爱好研究“藏密学”的，并将为此付出自己的一切。

想来我修学佛教密宗已有十几年了。开始是从研究佛法显教理论入手，后来对密宗发生了兴趣，跟随唯印师学黄教密法。1989

年也曾去过四川阿坝藏族羌族自治州考察，并向峨嵋山的通孝师学了红教的密法。但感觉所学所见的内容都不圆满、不完整。完整的密法到底是什么样的？它的理论与修持是什么样的？西藏的僧人是怎样生活与修行的？对这些我所知甚少。虽在内地看过一些介绍佛教密宗的书，也见过、并参与过五台山、四川昭觉寺密宗黄教僧众的修行生活，但这毕竟是十分短暂的。因为密宗的九乘法在汉地没有系统的传承，所以要想全面地了解它，在汉地只能是纸上谈兵。

这几年随着藏密气功热，各地都有藏密气功师到处办班讲学，使藏密功法名扬天下。许多修行有素之人都承认佛家的密宗功法是所有气功功法中层次最高的功法，修持也最佳。这样说一点也不是危言耸听，言过其实。有些有特异功能的人不随任何浪潮随波逐流，他们能用自己与法界中各种“场”的感应去抉择、去对比，最终一致给予藏密修法以最高的评价。使人感到遗憾的是，有关这方面的介绍实在是太少了。有些“藏密气功师”所传之法，多是不甚完整，令人听来好似参观了一个展览会，学了些功法也很难能系统地修炼。

藏密修法由于学科偏、地域远以及语言问题，极大的影响了它的普及。特别是因为它是出自于佛教“密宗”，故要公开地从书本上见到介绍是不容易的，而真正的法更是难于在公开出版的书本上见到。近年来亦有一些藏密气功的书刊出版，可惜所讲的论点有许多是互相抄袭，其中以讹传讹者居多，深入研究者极少。若有一本书中妄言“大威德金刚”是“阿弥陀佛的化身”，就会有一大堆的书都这么说；有一本书错画了一个手印，就会在其它的书中再次见到这种错误。这种闭门造车式的“创作”，不知会给藏密的研究工作造成何种不良的影响！

另有一类书籍片面地介绍从某些密宗法本中抄袭的“功法”，而回避了密宗功法本身的传承、灌顶、仪轨、发心等最本质的内容，

而脱离了这些本质，仅在形式上的“练功”，或从书本上“学功”，将如“煮砂做饭”、“压砂求油”，绝无所成。

另外有一些人对于藏密功法出自于佛教，其中有一些佛教的内容十分敏感，总将其与“封建迷信”联系在一起。不管是以理论研究明辨是非为宗旨的“智信”，还是令人糊里糊涂崇拜鬼神的“迷信”，都划为“封建迷信”之列加以反对。即不想，也不愿认真的对此加以研究，只要一听到这方面的内容就认定是“糟粕”。这也是各人的因缘所致，同一件事物，有人认为是“瑰宝”，就可能有人认为是“糟粕”。关键在于自己是如何看待这项事物的。

想要认真地对这个学科加以研究，就必须深入进去。最好能亲自去一趟西藏，看看真正的佛教密宗，见见真正的金刚上师，受到真正的灌顶，学到真正的佛家密法，领略真正的修行生活，考察密宗的现状，这是我早已有的想法。但这样做要冒很大的风险，受很多苦，花很多钱。所以这不是一件容易的事，很少有人愿意花上这么大的代价去西藏亲自体验藏密的殊胜之处。

说藏密“殊胜”，并不过分。有这方面常识的人都知道，任何功法都无法使人能够“即身成佛”（这里指的“佛”是指通过修炼身心，产生大觉能彻悟宇宙的人），甚至修成霓虹光身，而藏传佛教的密宗功法却可以做到。有始以来，修藏密而得大成就者代代皆有，以此成佛者被载于史册的有成千上万，而未被载入史册的大成就者更是不计其数。

密法与显教在修行上有些不同，成就上也有快慢之分，但从根本知见上则没有不同。显教的理论历来被认为是密宗的基础，在藏地受到了极大的重视。佛经上说：一个人修显教要经三大阿僧祇劫（一个相当长的历史时期）才能成佛，而修密宗则可以“即身成佛”。时间差异之大，使人吃惊。当然，此一生“即身成佛”也是因前几生所修得的显密资粮的圆满善果在今世的体现。

对此，红教高僧、金刚手菩萨的化身诺那活佛则有这样的解

释：“密宗能即生证佛之理，譬如一个极坚固塞口之玻璃瓶，佛为瓶外空气，众生是瓶内空气，佛之所以为佛，众生之所以为众生者，只是因一层极坚且厚之心垢玻璃质为之隔绝也。密宗行人以大菩提心为因，并得金刚上师心传密法，以我之三密，与佛之三密感应道交，恰如用大锤，将坚固的心垢“玻璃”击得粉碎，立使瓶内空气与瓶外空气融和交通，故得即生成佛。显教行者，则无击碎玻璃瓶之大锤，须渐渐用水或布磨擦，何时将瓶磨通，何时方能使瓶内外之空气会合。若使其全瓶粉碎，全体毕露，则非日久功深，不能为功。”

诺祖讲出了密法的殊胜之处。今汉地人士，多被密宗功法之奇妙，成就光身之绝妙，能具神通之奥妙所诱惑，故有许多人士对此深爱，喜学习之。但由于汉藏两地，路途遥远，能学到密法十分不易。从世界上各国纷纷研究藏学、藏传佛教和藏密功法的趋势来看，我们在这一方面的工作显得落后了。香港、台湾与国外的学者经济条件好，想要学什么法，即直飞西藏找活佛求灌顶传法，而且有许多活佛法王住于国外，有的活佛有自己的传法的基地、大圆满中心和众多的信徒、弟子。弟子要见上师求法亦比较容易，而内地之人欲求法则大多没有这个条件。即使见到上师，跟随其学上一两天法和长期依止于上师身边闻其教诲是大不相同的。

佛法的密宗是使人了生脱死的大法。其意义已不仅仅局限于宗教的范畴之中，而被认为是一种研究学科和传统文化。它是中华文化的瑰宝，被封闭在雪域大地，不能使汉地有缘之士共享。它需要被发掘、被继承、被弘扬。在美国和欧洲，有许多藏密的“中心”和研究院，金发碧眼的洋人投入了大量的人、财、物力在研究它。人们研究它的历史、现状以及今后的发展趋势，研究它为什么可以通过修炼使人产生极大的智慧和特异功能（神通），对于修大圆满能使人成就霓虹光身，临终时发出巨大的声响，举身发出虹光，身体所化无余这些特异现象十分感兴趣，并认为有关这方面的报道是真实可信的，很有研究价值。国外的有些机构将其纳入“藏学”的研究

范畴，并出版研究成果的期刊资料，并在各地建立了“大圆满研究中心”之类的机构，组织专家认真设立课题深入研究，可见其重视的程度之高了。

在藏地，“藏密”这个瑰宝确实已使得无数人成就，以极高的证悟脱离了命运的束缚。有的甚至真正修成霓虹光身，死时全身虹化，成为世界之奇迹。这些大成就者在世之时，都具有很大的智慧和神通，并现身说法，广教弟子，使得此殊胜之解脱大法得以流传与世，形成了今天极具系统的藏传佛教密宗的各个教派的传承。

对此，外国人不是简单地加以否定，说成是封建迷信的糟粕，一棍子打死了事；也不是一哄而起，不管是真是假，拉个什么骗子就当成大师。他们是十分懂得此门内的情况和衡量标准的，从理论到修持都了解得头头是道。

可叹我们内地人士只能从一些传闻之中得到它的一些概貌，这“瑰宝”真正的光芒还没有被我们完整地发现。佛法从印度传到中国、传到世界，已有着很悠久的历史，在全世界有着几亿信徒，成了世界上三大宗教之一。它对世界文化、历史的影响之大，是不可估量的。

作为现代世界的藏密爱好者，要想认真深入地研究藏密这一瑰宝，就必须深入藏地去考察，去学习，不论多么艰难困苦都不能惧怕。“不入虎穴，焉得虎子。”要做好任何一件事情都不能不付出代价。要得到出世间的佛法更是如此。

昔时唐僧去西域印度取经，现代的能海上师二度亲赴拉萨求法，无不是吃尽千辛万苦，竭尽了全力，才得到了佛陀之无上教法。我们当今的时代，各方面的条件即使再艰苦，比之唐僧、能海来亦是强上百倍，作为有志于佛法参学研究之人，以吃点苦，冒点险来换取宝贵难得的密法是理所应当的。若一定要等到乘上飞机，直至活佛家门口才去舒舒服服地求法，那就永远别想得到它。况佛之解脱大法来之不易，必要以吃苦受罪为代价方可得到。若在目前的条